



認知症をもつ方は、現実と合わないことを言ったり行動したりすることがあります。そんなとき、まるで私たちと違う景色を見ているかのように感じるかもしれません。でも、見える景色がそれぞれ違うのは、誰もが同じはず。その人の景色に寄り添うために

知ってほしい 認知症のこと

何らかの原因によって脳に障害が起こり、認知機能（記憶・判断力など）が低下し、社会生活や対人関係に支障をきたす状態のことを認知症といいます。

高齢化が進む日本では、2025年には高齢者の約5人に1人が認知症になると言われています。

一方、認知症は高齢者だけではなく、働き盛りの現役世代で発症する若年性認知症もあります。

誰もが認知症になるか認知症に関わる可能性がある社会、あらためて認知症のことを知ってほしいと思います。

地域包括支援センター

認知症のこと、消費者被害のこと、介護予防のこと、虐待のこと、ご近所の高齢者のこと、両親のこと、自分自身の先行きのこと…。保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーが相談を受けます。自宅に訪問することもできます。お気軽にご相談ください。

認知症サポーター養成講座

認知症を知る最初の一步となる講座です。認知症になっても安心して暮らせるまちは、認知症を正しく理解し見守ってくれる人がいるまちです。お友達同士や町内会、職場や学校などで、仲間と一緒に認知症のことを学んでみませんか？講座時間は90分。出張講座も可能です。高齢介護課へ申し込みください。

気に掛けることが大切。地域で見守る人が増えてほしいです。
認知症サポーター
伊藤久子さん（泉町）

認知症の方に優しく接するためには、認知症を理解することが必要だと思います。
認知症サポーター
小島雪子さん（土岐津町）

認知症カフェ

認知症の方やご家族、地域の方々が情報交換やリフレッシュすることができる憩いの場です。地域包括支援センターが主催する認知症カフェのほか、家族の会やグループホームが行っているカフェも。現在はコロナ禍で定期的な開催はできていませんが、認知症の方も、そうでない方も気軽集える場です。地域包括支援センターが主催する次回の認知症カフェは11月に開催する予定です。ぜひお気軽にご参加ください。

認知症地域支援推進員

私たち認知症地域支援推進員は、認知症に関する相談支援や認知症カフェの開催、普及啓発などを行っています。認知症地域支援推進員は、市内の各地域包括支援センターにいます。認知症のこと、なんでもお気軽にご相談ください。



認知症サポーターキャラバン
マスコットキャラクター
「ロバ隊長」

認知症フレンドリーキッズ授業

未来を担う子どもたちに認知症のことを正しく理解してもらい、認知症の人とともに暮らす共生社会のあり方を考える授業です。8月6日、27人の小・中学生が参加し、認知症について学びました。



授業を受けた子どもたちの声

- 認知症はだれでもなるびょうきだけど外から見たらわからないから、だれにでも優しくすることがだいじ（小5）
- VRのスクリーンをやってみて、認知症の人が階段をおりるのがこわかったり、まぼろしが見えたりすることを覚えてびっくりした（小5）
- 認知症になってもまわりの環境や自分の気持ちによって楽しく生活できると思った（中1）
- うちのおばあちゃんが何回も同じことを聞いてうるさいと思っていたけど、本人は理由があって聞いているから、ちゃんとこたえようと思った（小6）
- 認知症でこまっている人が増えている社会でみんなが認知症を理解して優しい社会になるといいなと思った（小6）
- 認知症はさまざまなことが不自由になるから、それは仕方がないことだと理かいてできる人がふえると、認知症の人でも安心だと思います（小4）

編集後記

認知症をより多くの人に知ってもらいたい、自分のこととして考えてもらいたいという思いで今回の特集を企画しました。認知症の方やご家族の話を伺い、認知症に対する周囲の理解が本人や家族のためにとても大切なことであり、あらためて「知る」ことの大切さを感じました。認知症になっても安心して暮らせるまちづくりのため、今後も取り組んでいきます。

高齢介護課 長谷川宏美

本人と家族の声を聴く
家族の会のつどい

「母は駄菓子屋をしていて、それが命の人だった。運動会も見てもらえなかったほど。そんな母がお金の計算ができなくなったり、お店を続けられなくなった。もし周囲の支援があれば、続けられたかもしれないが、介護している家族にはそんな余裕がなかった」と、実母を介護したAさんは当時を振り返ります。「介護をしているときは本当に周りの人に助けられた。母や夫の介護がきっかけでこうして交



▲家族の会のつどいの様子
本人や家族らが参加し、気持ちを語り合う。
笑い声もあり会話が弾む。

認知症の本人やその家族が集まり、それぞれの経験や悩みを話せる場所「家族の会のつどい」。認知症を「知る」ため、家族の会のつどいでお話を伺いました。

流ができて感謝している」と言い、介護を経験した立場で参加者の話に耳を傾けます。

義母がアルツハイマー型認知症と診断されたBさんは、「当初、本人は忘れていくことにシヨックを受けていたようだが、デイサービスに通い、周囲に受け入れられると表情が明るくなった。できないことが増えていくけど、やってあげることが幸せなことではないから、本人がどうしたいか聞くようにしている」。ご本人も「みんなが受け入れてくれるからありがたい」と穏やかに話します。Bさんは「認知症になってから不安になるより、事前に分かっていたらいい」といざというときに動くことができる。知っているのと知らないとは全然違う」と認知症を知ることの大切さを話し、「これからの社会は優しさや思いやりが必要になる。最近が高齢者と同居する子どもが少なくないが、若い時から認知症の方と触れ、病気を覚えることで優しくなれると思う。子どもが認知症を学び、大人へ伝えることもあるので、そ

認知症を自分事として受け入れ

「知る」ことが大切

若年性認知症の人と
家族のつどい

んな交流の場があっても良いのでは」と家族の中でできることを考え、私たちの意識を変化させることの大切さを訴えます。

認知症は高齢者だけの病気ではありません。65歳未満で発症する「若年性認知症」は、家族への影響や周囲の受け止め方が違います。配偶者が若年性認知症と診断された2組のご夫婦は「若年性認知症の奥さんを介護する夫は「妻は53歳の時に診断を受けました。子どもの名前が書けないことがあり、おかしい」と思い受診しました。子どもが学生のころで、学校の準備ができず、親子喧嘩になることもありました」と振り返ります。当時は若年性認知症に関する知識もなく、まさか50代でと思ったそうです。

夫が61歳の時診断を受けた奥さんは「アウトドアなど自分で計画を立て行動していた人が活動的でなくなり、子どもは『うつ』かと思っていたようです。何かおかしいとは思っていましたが、夫の勤務先からの勧めで受診した結果、アルツハイマー型認知症であることが分かりました。大黒柱の夫が認知症にな

り、経済的なことや今後の介護のことで不安になりました」。二人は同じ認知症でも、高齢者と異なる点を挙げます。知り合いに配偶者の病気を伝えると距離を置かれてしまったこともあるそう。「認知症について誰が発症するか分からない。みんながそのことを考えて、知ることでも『構えてしまう』のではなくて本人に声を掛けてほしい。人とつながってほしい」「外見は同世代の方と変わらないから本人が困っていても周りの人は認知症と気付かず声を掛けることもないと思う。若年性認知症でも症状はそれぞれ。やりたいことは普通の年代の人と同じ。できないことはあるけど、サポートしてくれる地域、社会があれば、みんなが生きやすいのでは」と、認知症を理解して以前と同じように接してほしいと話します。

話を伺った家族は、東濃地域で若年性認知症の方がつどいなる会を立ち上げました。「若年性認知症は『他人に知られたくない』という思いがまだ多いと思うが、つどいを通して人とのつながりを広めたい。介護者の不安や経験は介護の教科書には書いてない。家族で抱え込まず、相談や悩みを話せる場所があることを知ってほしい」